

Annalisa Neumeyer

Einführung in das therapeutische Zaubern

Mit Illustrationen von Christa Berger und Sandra Klepp

2013

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)	Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Friedrichshafen)	Dr. Wilhelm Rotthaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Bernhard Blanke (Hannover)	Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)	Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Alfter bei Bonn)	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Dr. Barbara Heitger (Wien)	Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)	Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)	Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)	Dr. Therese Steiner (Embrach)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Potsdam)	Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)	Karsten Trebesch (Berlin)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)	Bernhard Trenkle (Rottweil)
Prof. Dr. Friedbert Kröger (Heidelberg)	Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)
Tom Levold (Köln)	Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)	Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Dr. Burkhard Peter (München)	Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)	Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)	

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel
Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach
Printed in the Czech Republic
Druck und Bindung: FINIDR, s. r. o.

Erste Auflage, 2013
ISBN 978-3-8497-0005-8
© 2013 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten
aus der Vangerowstraße haben, können Sie unter
<http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. 0 62 21-64 38 0
Fax 0 62 21-64 38 22
info@carl-auer.de

1 Zaubern als faszinierendes Medium

1.1 Manchmal müsste man zaubern können

Stephans Wutausbrüche

Vor vielen Jahren arbeitete ich in einer stationären Einrichtung der Jugendhilfe. Dort »machte« der 12-jährige Stephan viele Probleme. Er zeigte impulsives Verhalten und hatte mehrmals täglich Wutausbrüche, die von den anderen Kindern und dem Betreuungspersonal gefürchtet waren. Als er während einer solchen Zornattacke einem anderen Kind heißen Tee über den Arm schüttete, war dies Anlass für eine Fallbesprechung im Großteam. Schnell wurde deutlich, dass alle nur »Schlimmes« berichten konnten: Stephan stand durch die schwierige Alltagsgestaltung und durch häufige Beschwerden von Erzieherinnen, Lehrerinnen und Kindern fortwährend negativ im Mittelpunkt.

Schon damals beschäftigte ich mich mit Zaubern und hatte als Zauberkünstlerin Auftritte. Ich sah darin eine Möglichkeit, diesen Jungen zu erreichen. Ich bot Stephan an, bei mir einige Zauberkunststücke zu erlernen – und er stimmte zu. Er übte zunächst skeptisch und vorsichtig, dann aber begeistert. Kaum dass er die ersten Zauberkunststücke erlernt hatte, führte er anderen sein Können vor. Das Zaubern war für ihn ein positives Kontaktmittel und bald erzählte er strahlend: »Selbst der Lehrer hat nicht geblickt, wie ich das gemacht habe!«

Stephans Wutausbrüche waren nicht weggezaubert, aber sein Selbstwertgefühl veränderte sich zusehends. Plötzlich wurde er sogar zu Geburtstagsfesten anderer Kinder eingeladen, da er zaubern konnte. Der Teufelskreis – Stephans verzweifelte Suche nach Kontakt und Anerkennung mit auffälligem und destruktivem Verhalten und die stets darauf folgende Ablehnung – war durchbrochen.

So entstand die Idee, Zaubern als Medium in Pädagogik und Therapie einzusetzen.

1.2 *Zaubern im Alltag*

Gutes denken

»Fehlt dir etwas, mein Junge?«, sagte mein Papa zu mir und legte mir die Hand auf die Schulter.

»Ich habe schlecht geschlafen«, antwortete ich, ohne zu lügen. Mehr brachte ich nicht heraus. Er aber sagte nun etwas, das mir später oft immer wieder einfiel.

»Eine schlaflose Nacht«, sagte er, »ist immer eine lästige Sache. Aber sie ist erträglich, wenn man gute Gedanken hat. Wenn man aber daliegt und nicht schläft, ist man leicht ärgerlich und denkt an ärgerliche Dinge. Aber man kann auch seinen Willen brauchen und Gutes denken.«

»Kann man?«, fragte ich. Denn ich hatte in den letzten Jahren am Vorhandensein des freien Willens zu zweifeln begonnen.

»Ja, man kann«, sagte mein Vater nachdrücklich.«
(Hesse 1999, S. 112).

»Ich kann doch nicht zaubern!« So wehren wir unerfüllbare Erwartungen ab. Oder seufzen: »Zaubern müsste man können!«, wenn wir etwas sehnsüchtig Erwünschtes nicht erreichen.

Wenn menschliches Können nicht mehr ausreicht, wenn die Situation nach einem Wunder verlangt, muss Zauberei her: In der Geschichte der Menschen haben Zauberei und Magie schon immer eine bedeutende Rolle gespielt. Magier erklärten dem einfachen Volk, aber auch Herrschenden und Mächtigen, Naturphänomene, die mit dem aktuellen Wissensstand der jeweiligen Gesellschaft sonst nicht zu verstehen waren. Sie halfen bei Lebensfragen, am Scheideweg zwischen zwei schwierigen Entscheidungen und beim Heilen von Krankheiten.

Heute leben wir in einer aufgeklärten, modernen Welt, in der viele Rätsel der Vergangenheit durch die Entwicklung der Naturwissenschaften und der Technik gelöst wurden und viele Probleme beherrschbar geworden sind. Und trotzdem spielen magische Rituale und Symbole für uns auch heute noch eine Rolle.

Zu wichtigen Anlässen, zum Beispiel bei Übergängen (etwa von einem Jahr zum anderen an Silvester oder am Geburtstag), kennen wir magische Rituale: Wir schenken Glücksschweinchen aus Marzipan, lesen Kaffeesatz, gießen Blei oder legen Tarot-Karten. Wir alle kennen Talismane und die manchmal skurril wirkenden Rituale bei Sportlern, die ihren Erfolg begünstigen wollen. Manchmal dienen sogar Tiere als Orakel. Erinnern Sie sich noch an die Krake Paul, die bei der Fußballweltmeisterschaft 2010 Ergebnisse »vorhersagte«?

In unserer modernen Welt, in einer Lebenssituation mit vielen verschiedenen Lebensentwürfen, in einem Alltag, der uns fortwährend Entscheidungen abverlangt, scheint es eine große Sehnsucht zu geben: nach der Freiheit der Fantasie einerseits, andererseits auch nach Antworten und Vorbildern, an denen wir uns ausrichten und festhalten können.

Pippi Langstrumpf, Bibi Blocksberg und Harry Potter haben alle wundersame und teils magische Fähigkeiten und bewältigen damit ihre Lebensaufgaben und -krisen. Sie sind nicht nur äußerst erfolgreiche fiktive Lebewesen, sondern auch stärkende Begleiter im Alltag – Pippi und Bibi bei den Jüngeren und Harry Potter bei den Älteren sind in diesem Sinne zauberhafte Modelle.

Simon und der Kraftzauber

Eine Bekannte, die von meinem Beruf wusste, erzählte mir, ihr dreijähriger Sohn Simon wolle seit der Geburt seiner kleinen Schwester immer getragen werden. Bereits nach wenigen Metern Fußweg jammere er, er *könne* nicht mehr und *müsse* getragen werden. Sie verstehe seine Reaktion, und sowohl sie als auch sein Vater würden sich, so oft es geht, ganz gezielt um ihn kümmern. Dennoch würde es sie sehr erschöpfen, und sie fragte mich, ob ich da nicht mal »was zaubern« könnte.

Ich ging mit Simon in den nahen Stadtpark und sagte ihm, es gebe irgendwo bei den vielen Bäumen und Ästen einen ganz bestimmten Ast, wo er einen Zauberstab finden könne. »Und genau an diesem Ast, wo dein Zauberstab ist, passiert noch

was ganz Tolles.« Der Junge ging mit mir auf die Suche und fragte immer wieder: »Ist es der, oder der?« Nach einer Weile sagte ich: »Simon schau mal, wie weit wir schon gelaufen sind. Kannst du noch weiter?« Simon nickte. So suchten wir noch ein ganzes Stück weiter, und als ich fand, dass wir lange genug gegangen waren, ließ ich mithilfe eines »Kraftzaubers« (siehe Seite 69) einen Zauberstab »erscheinen«.

Simon war begeistert vom Kraftzauber und wiederholte ihn noch mehrmals für sich.

»Ich kann das, ich kann das, ich schaff das, ich schaff das, ich glaub an mich!«

Simon wollte nun unbedingt zaubern lernen, und ich sagte ihm, dies sei erst mit sechs Jahren möglich.

Drei Jahre später traf ich Simons Mutter zufällig. Sie erzählte mir, dass Simon an seinem sechsten Geburtstag plötzlich gefragt habe: »Wie heißt die, die mit mir mal gezaubert hat? Ich bin jetzt sechs Jahre und will zaubern lernen!«

Das erlaubte Spiel mit Illusionen übt auf Groß und Klein einen großen Reiz aus. In den letzten Jahren rückte das Zaubern verstärkt in den Blickpunkt der Neurowissenschaften: »Zauberer manipulieren seit Jahrhunderten die Wahrnehmung und Aufmerksamkeit der Zuschauer. Dabei haben sie intuitiv manche Erkenntnisse der modernen Neurowissenschaft vorweggenommen. Die kann auch heute noch von ihnen lernen« (Martinez-Conde u. Macknik 2009, S. 44).

2 Zaubern in Therapie und Pädagogik

2.1 Therapeutisches Zaubern als besondere Form der Hypnotherapie

Therapeutisches Zaubern ist eine Kombination aus Zaubern und Hypnotherapie. Beim Therapeutischen Zaubern geht es nicht nur um Spannung, Spaß, Ablenkung und Zerstreung, sondern vor allem darum, mit dem Medium Zaubern das Hilfreiche in sich selbst und im Hier und Jetzt zu finden.

Mit dem Therapeutischen Zaubern können Menschen Wunder erleben. Diese Erfahrung ist eine Musterunterbrechung: Da passiert etwas, das sie bisher nicht für möglich gehalten haben.

Es entsteht wieder Hoffnung. Menschen erfahren konkret, dass sich Dinge verwandeln lassen.

Therapeutisches Zaubern verbindet Zauberkunststücke mit der Lösung von Aufgaben, Krisen und Problemen. Es lässt Lösungsbilder visuell wahr werden und macht Imaginationen und Vorstellungen erlebbar.

Der Lösungsknoten

Die Zaubertherapeutin hält ein rotes Seil waagrecht in den Händen, zeigt es den Zuschauern (die genaue Trickhandlung finden Sie auf Seite 58):

»Der rote Faden im Leben. Manchmal im Leben läuft alles glatt und manchmal gibt es einfach Probleme.«

Ein Knoten wird ins Seil geschlungen.

»Manchmal fühlt sich ein Problem an wie ein Knoten, manchmal hier, manchmal hier, manchmal hier ...«

Die Zaubertherapeutin fasst sich nacheinander mit der Hand auf den Bauch, auf das Brustbein, den Hals und die Stirn.

»... wenn man nichts macht, dann kann es sein, dass das Problem größer wird.«

Ein zweiter Knoten wird hinzugefügt.

»... und wenn man immer nur auf das Problem schaut und auf das Problem schaut, dann sieht man das, was gut läuft im Leben, immer weniger und weniger ...«

Ein Fadenende wird durch die untere Schlaufe und danach durch die obere Schlaufe geführt. Die Zauberberapeutin zeigt auf das kurze Fadenende.

»... und wenn das Problem ganz besonders gut ist, darf es jeden Tag schon mit am Frühstückstisch sitzen ...«

Knoten präsentieren und Pause machen, also Zeit lassen zum Überlegen (Wie ist es denn bei mir?) oder, wie Milton H. Erickson sagen würde, Zeit geben, um Suchprozesse im Gehirn auszulösen.

»... und wenn das Problem noch besser ist, darf es auch noch jeden Tag beim Mittagessen dabei sein ...«

Pause.

»... und wenn das Problem obergemal ist, darf es jeden Abend mit ins Bett.«

Pause. Die Zauberberapeutin lässt die Hand mit dem Seil sinken und nimmt das Seil ganz dicht zu sich.

»Und weil hier alles anders ist, schauen wir auf das, was schon gut läuft. – Wann läuft es denn bei Ihnen ganz gut? In welchen Situationen geht es Ihnen gut?«

Die Zauberberapeutin fokussiert die Wahrnehmung des Klienten, indem sie ihn mit dem Finger über das Seilende streichen lässt, während dieser spricht:

»Gut läuft es wenn ...«

2.1 *Therapeutisches Zaubern als Form der Hypnotherapie*

»... und wann läuft es denn noch ganz gut?«

Die Zaubertherapeutin lenkt die Aufmerksamkeit auf das andere Fadenende, der Klient sagt wieder, wann es bei ihm gut läuft. Die Zaubertherapeutin zieht das Fadenende etwas länger, der Knoten wird kleiner.

»... und am tollsten wäre es, wenn Sie dann sagen könnten: Ich hatte mal dieses Problem!«

Die Zaubertherapeutin schwingt die Arme nach hinten über den Kopf, zieht dabei an den Seilenden, der Knoten verschwindet und die Zaubertherapeutin präsentiert das Seil ohne Knoten.

»... und darum geht es hier: auf das zu schauen, was Ihnen gut tut und was Sie stärkt!«

Therapeutisches Zaubern verwandelt: Aus dem Problemkind wird ein Zauberkind, aus der Problemfamilie eine Zauberfamilie.

Mit dem Lösungsknoten zum Beispiel wird auf spielerische Art sichtbar gemacht: Wenn das Problem im Mittelpunkt steht, tritt es nach vorne und wird größer, und gleichzeitig tritt das, was gut läuft, in den Hintergrund und wird kleiner. Hypnotherapeutisch bedeutet dies: Das, worauf ich meine Aufmerksamkeit richte, das wächst.

Der Lösungsknoten ist eine humorvolle, wohlwollende Präsentation, bei der Menschen sich wiedererkennen. Durch die konkrete Visualisierung in diesem Zauberkunststück entdecken sie von sich aus ihre Verhaltensmuster, und sie können die Entscheidung treffen, diese Muster zu verändern und den Blick auf ihre positiven Seiten zu richten.

Therapeutisches Zaubern enthält viele Elemente aus der Hypnotherapie nach Milton H. Erickson, die wiederum ihre Wurzeln in der ganzheitlichen, rituellen Heilkunst der Hypnose hat. Die Hypnotherapie beeinflusst gezielt unbewusste und un-

willkürliche Prozesse mit verbaler und nonverbaler Kommunikation.

Therapeutisches Zaubern ist ein faszinierendes Medium, um mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in Kontakt zu kommen, in magischer Atmosphäre Lösungsprozesse in Gang zu setzen und gerade in sehr belasteten Situationen eine gute, erfolgreiche Zusammenarbeit zu erreichen.

Durch die wunderbar magische Atmosphäre wird das innere Wesen eines Menschen angesprochen. Beim Zaubern wird die Zauberin für ihr Können bewundert. Beim Therapeutischen Zaubern dagegen entsteht das Wunder immer in der Interaktion zwischen therapeutischer Zauberin und den Bezauberten: Das Zauberkunststück gelingt zum Beispiel nur, wenn ein Kind mit seiner »magischen Zauberpuste« mithilft. Es berührt mich sehr, wenn Kinder sagen: »Gell, du hättest das alleine nicht geschafft, ich hab dir mit meiner Zauberpuste geholfen!«

Ziel ist die Stärkung des Klienten, ihm bei seinem eigenen therapeutischen Prozess zu helfen. Therapeutisches Zaubern bietet Unterstützung und Halt im Erlebensprozess des Klienten.

2.2 Hypnotherapeutische Elemente im Therapeutischen Zaubern

Pacing, Rapport und Leading

Das rote Rennauto

Bei einer Fortbildung zeigte Peter Nemetschek in seiner Kontaktaufnahme zu einem Kind mit hyperaktivem Verhalten, wie Pacing und Leading gelingen kann. Nach der Begrüßung fragte er:

»Wenn du ein Auto wärst, wärst du wahrscheinlich ein superschneller Flitzer, was wärst du denn für ein Auto?« »Ein Ferrari.« »Ein toller Flitzer. Und welche Farbe hätte dieser Flitzer?« »Rot.« »Wie viel PS hat dieses Auto dann?« »200.«

Danach fachsimpelten die beiden ein wenig über Daten und Fakten und technische Raffinessen. Ein »Rapport« (Kontakt) war entstanden.